

**РЫБАЧУК Наталия Анатольевна**

**ТЕОРИЯ И ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ  
ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ**

**13.00.08 - теория и методика  
профессионального образования**



**Автореферат  
диссертации на соискание ученой степени  
доктора педагогических наук**

Краснодар - 2003

Работа выполнена на кафедре педагогики Кубанского  
государственного университета

**Научный консультант:** доктор педагогических наук, профессор  
**Гурин В.Е.**

**Официальные оппоненты:** доктор педагогических наук, профессор  
**Чермит Казбек Довлетмизович**  
доктор педагогических наук, профессор  
**Кочетов Александр Ильич**  
доктор педагогических наук, профессор  
**Ащепков Виталий Тимофеевич**

**Ведущая организация:** Сочинский государственный университет туризма и  
курортного дела.

Защита состоится 30 октября 2003 г. в 10 часов на заседании  
диссертационного совета Д.212.001.03 в конференц-зале Адыгейского  
государственного университета по адресу: 385000, Республика Адыгея,  
г. Майкоп, ул. Университетская, 208

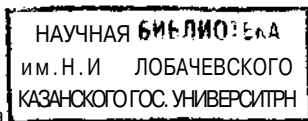
С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке  
Адыгейского государственного университета.

Автореферат разослан 30 сентября 2003 г.



\* 0 2 6 1 5 \*

Ученый секретарь  
диссертационного совета  
доктор педагогических наук,  
профессор



*Кудаев*

**М.Р.Кудаев**

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ**

Успешное решение задач по совершенствованию подготовки высококвалифицированных кадров тесно связано с укреплением и охраной здоровья, повышением работоспособности студенческой молодёжи. В связи с этим одной из приоритетных задач современного этапа модернизации высшего образования должно стать сохранение и укрепление здоровья студентов, формирование у них ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Студенты составляют особую социальную группу, объединённую специфическими условиями учебного труда и жизни. Как отмечают исследователи (В.К. Бальсевич, М.Я. Виленский, А.В. Лотоненко, Л.И. Лубышева, А.Г. Трушкин и др.) это одна из самых многочисленных групп населения с повышенным уровнем риска заболеваний.

Снижение уровня здоровья и физической работоспособности у молодых людей является следствием большой психоэмоциональной нагрузки, нарушений гигиенически обоснованного режима дня, питания. У большинства студентов всё это обостряется необходимостью адаптации к новым условиям проживания и общения с окружающими.

Исследования показали (Э.Г. Булич, В.Н. Баранин, О.В. Жбанков, Ю.Д. Железняк, В.Д. Маракушин, М.Г. Романцев, А.В. Чоговадзе), что перестройка организма студента к новым социальным условиям вызывает активную мобилизацию, а затем истощение физических резервов организма и как следствие срыв процесса адаптации и развитие целого ряда заболеваний.

Всё множество факторов, отрицательно влияющих на здоровье студентов, условно можно разделить на две группы:

1. Объективные, связанные с организацией условий жизни (продолжительность учебного дня; плотность нагрузки, обусловленная расписанием; питание и его регулярность; сон и его достаточная величина, организованная двигательная активность и др.).

2. Субъективные, личностные характеристики (организованность и дисциплинированность; мотивированность здорового образа жизни; соблюдение оптимального режима дня; наличие вредных привычек; сформированность физической культуры личности и реализация её деятельного компонента).

Специалистам в области классической медицины оказалось не под силу решение проблемы формирования, сохранения и укрепления здоровья учащейся молодёжи, в том числе и студентов, так как они не знакомы со спецификой воспитательно-образовательного процесса.

Поэтому социальный анализ, поиск путей сохранения и развития нации, её здоровья, трудовой и репродуктивной достаточности должен быть адресован педагогической общественности. И педагогическая общественность всё острее начинает понимать свою ответственность за физическое, социальное и психологическое благополучие новых поколений. Становится очевидным, что образовательная система может и должна стать иммунным барьером сохранения индивидуального здоровья и способствовать формированию культуры здоровья молодёжных социальных групп, в том числе и студенчества.

В этой связи обращает на себя внимание физическая культура, главными направлениями которой являются: адаптационная, заключающаяся в самосохранении и развитии общества; человекотворческая, связанная с саморазвитием человека. Взаимосвязь и взаимодействие этих двух направлений обеспечивает реализацию внешних функций физической культуры, обеспечивая общество всем необходимым для его осуществления и развития и функции внутренней, направленной на обеспечение постоянного самосовершенствования человека.

Человекотворческая функция реализуется через двигательную деятельность человека, но только в том случае, если она осознана. Здесь находит отражение примата духовной культуры над материальной. Обладая мощным гуманистическим потенциалом, физическая культура и применяемые ею педагогические технологии (методики физического воспитания, профессионально-прикладной физической подготовки; адаптивной физической культуры, спортивной тренировки, лечебной физической культуры, основы организации физкультурно-спортивной деятельности) способствуют гармонизации, оздоровлению человека, воспитанию его жизненной позиции, гражданственности, приводя психофизическое состояние молодёжи в разумное соответствие с биологической и социальной средой.

В сфере физической культуры в самом общем виде можно выделить реализуемые группы ценностей:

- интеллектуальные (знания в области физической культуры, связанные с интеллектуальным потенциалом физической культуры личности);

- двигательные (физический потенциал личности и общества; уровень физической подготовленности, уровень умственной и физической работоспособности , образцы моторной деятельности);

- мобилизационные (рациональная организация свободного времени, возможности самовоспитания и самоорганизации стиля жизни, умение противостоять неблагоприятным условиям биологической и социальной среды);

- интеграционные (общественное мнение, материально-техническое и правовое обеспечение, мотивы, интересы, потребности, желание заниматься физкультурно-спортивной деятельностью).

В подобной взаимосвязанной структуре ценностей отражены наиболее значимые для жизнедеятельности человека и общества аспекты современного понимания физической культуры (В.К. Бальсевич, И.М. Быховская, Н.Н. Визитей, М.Я. Виленский, Ю.Д. Железняк, Л.И. Лубышева, Н.И. Пономарев, В.И. Столяров).

Однако, важнейшей производной взаимодействия ценностей физической культуры для личности является улучшение состояния и культуры здоровья и её компонентов (социального, психологического и физического составляющих здоровья). Но современная педагогическая наука, именно направление формирования культуры здоровья с одной стороны, растворяет в более общем понятии - «физическая культура личности» - с другой, не охватывает одновременно педагогические аспекты формирования личностных, интеллектуальных и психологических свойств, таким образом, технологические цепочки формирования культуры здоровья человека оказываются разорванными и единой здоровьесберегающей и здоровье сохраняющей системы образования в этой связи не образуется.

Несмотря на большое внимание учёных, медиков, педагогов, теоретиков физического воспитания, технология формирования культуры здоровья разработана недостаточно. Не определены пути эффективного повышения и сохранения здоровья студентов через процесс самопознания, самодетерминации, целенаправленного изменения поведения человека. Не достаточно изучены пути формирования у студентов доминантности состояния здоровья, моды на здоровый образ жизни.

Выдвижение проблемы сохранения здоровья студентов в число приоритетных задач общественного и социального развития обуславливает актуальность её теоретической и практической педагогической разработки, необходимость развёртывания соответствующих научных исследований и выработки методических и организационных подходов к формированию культуры здоровья, к сохранению здоровья и его развитию.

**Объект исследования** - процесс формирования культуры здоровья студенческой молодёжи в процессе профессиональной подготовки.

**Предмет исследования** - теоретические, концептуальные и технологические модели формирования культуры здоровья студентов.

**Гипотеза исследования.** Известно, что развитие человека детерминированно социальной ситуацией и внутренним состоянием личности, обусловлено мерой его собственной активности и типом ведущей деятельности, зависит от содержания и мотивов деятельности.

Известно так же, что личностно ориентированный подход к образованию, опирающийся на гуманистические принципы, будет позитивно влиять на становление субъективности, развитие внутренней мотивации и на саморазвитие личности.

Предполагалось, что перспективы формирования культуры здоровья, как имманентного вида культуры, достижение необходимого уровня культуры здоровья, физической и двигательной подготовленности, состояния нравственного, психологического и физического благополучия возможно только при условии обеспечения определённого уровня образованности в области педагогики здоровья, олимпизма, формирования мотивов, навыков и умений самосбережения.

**Цель исследования** заключается в теоретическом и технологическом обосновании образовательной концепции содержательного и процессуального обеспечения построения системы формирования культуры здоровья студентов в ходе профессиональной подготовки.

В соответствии с объектом, предметом, целью и гипотезой исследования определены следующими задачи:

- 1) выявить причины и дать теоретико-логическое обоснование низкой эффективности существующей системы физического воспитания с

точки зрения формирования уровня здоровья и культуры здоровья студентов;

2) исследовать семантические аспекты проблемы реформирования высшего образования в сфере здоровьесбережения и формирования культуры здоровья студентов;

3) разработать теоретическую концепцию содержательного и процессуального обеспечения эффективного решения задач здоровьесбережения, формирования культуры здоровья, умений и навыков самосбережения в процессе профессиональной подготовки студентов;

4) сформировать концептуальную программу "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья", способствующую оздоровительно-образовательной деятельности всех участников педагогического процесса учебных заведений различного типа;

5) определить ведущие элементы педагогической системы, формирующей культуру здоровья студентов, педагогические условия и технологию формирования навыков и умений самосбережения;

6) построить модель подготовки современного учителя, способного заботиться о своем собственном здоровье и использовать знания, навыки, умения педагогики здоровья в учебных заведениях различного типа.

Методологическую основу исследования составляют следующие современные научные представления: о целостности и всеобщей связи явлений окружающего мира, его материальности, системности; об общественно-исторической обусловленности и ведущей роли деятельности в становлении человека как личности; о единстве умственного, нравственного и физического в формировании здоровья личности; о приоритете общечеловеческих ценностей; о сущности физической культуры как социального явления и ее важнейшей роли в личностном развитии человека.

В качестве непосредственного методологического основания для изучения теории формирования культуры здоровья использованы следующие подходы.

Системный подход, позволяющий представить процесс подготовки специалиста как целостное явление, развивающееся в единстве, в иерархической соподчиненности и упорядоченности множества системно-структурных оснований.

Деятельностный подход, позволяющий переосмыслить содержательную сущность профессиональной подготовки соизмерения ее с личностной готовностью специалиста к самоопределению и воспитуемых с потребностью самопреобразования.

Историко-социологический подход, обеспечивающий возможность создания объективных представлений о социальной роли культуры, социальной обусловленности черт личности, обусловленности структурных оснований и предметного содержания профессиональной подготовки социальными условиями жизнедеятельности будущих воспитанников.

Личностно ориентированный подход, позволяющий формировать и практически реализовывать направленность процесса подготовки специалистов на личностное развитие культуры здоровья индивидуума.

**Теоретическую основу исследования** составляют научные идеи общей теории культуры (М.С. Каган, З.С. Маецкий, А.Г. Спиркин), теории физической культуры (В.К. Бальсевич, Л.П. Матвеев, Г.Г.Наталов ), теории деятельности (С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов и др.), теории личностно ориентированного образования (Е.В. Бондаревская, В.П. Бедерханова), положения психологической теории личности (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн); здоровьесберегающих педагогических технологий (Э.М. Казин, Г.А. Кураев, К.Д. Чермит); оптимизации обучения и адекватности педагогических воздействий (В.В. Давыдов, С.Д. Неверкович, А.Г. Тарабанов); концепции развития российского образования в условии **перехода человечества в** постиндустриальную эпоху развития (А.М. Новиков; В.И. Байденко), теоретического положения педагогического **проектирования** (В.П.Беспалько, Ю.С.Тюнников); психолого-педагогической концепции профессионально-творческой деятельности педагога (В.А. Сластенин, Н.В. Кузьмина), концепции олимпийского образования В.И. Столярова, модифицированной концепции нравственно-волевого развития В.Е. Турина.

В работе были использованы разнообразные **методы**, основными из которых являются: теоретические (анализ и синтез педагогической литературы, концепций, сравнение и обобщение), диагностические и эмпирические (использовалась анкета В.И. Столярова, модифицированная тренингами по формированию культуры здоровья студентов, рейтинг как метод компетентных оценок в вопроснике В.И. Столярова по нравственно-эстетическим качествам студентов; использовалась анкета, оценивающая



готовность студентов к проведению оздоровительной работы в педагогической деятельности; анализ продуктов деятельности студентов: диагностико-рекомендательные карты, моделирование и проектирование физического состояния студента, на основе диагностической педагогики и определения "результативного окна развития"); результативное окно развития - нижняя и верхняя граница уровня физической подготовки и физического здоровья; методы математической статистики; экспериментальные методы (констатирующий и формирующий этапы); формирующие методы (тренинги по развитию нравственно-эстетических качеств, формированию здорового образа жизни, волевого развития личности).

### **Этапы и база исследования:**

Исследование проводилось в период с 1990 по 2002 год. Выделено 5 этапов:

I этап (1990-1991 гг.) - поисковый, в ходе которого изучалось состояние проблемы, осваивались методики сбора, анализа и обработки информации, определялись основные направления работы, формировалась рабочая гипотеза.

II этап (1992-1996 гг.) - этап организации экспериментальной работы, в частности, проведение констатирующего педагогического эксперимента среди преподавателей физического воспитания с целью выявления уровня знаний и степени готовности коллектива педагогов к проведению работы по гуманистическому воспитанию студенческой молодежи и формированию культуры здоровья студентов. Разработка альтернативных программ: "Гуманистическое воспитание личности на занятиях по физической культуре", "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья". Создание физкультурно-оздоровительной системы, способствующей формированию культуры здоровья студентов.

III этап (1997-1999 гг.) - проведение опытно-экспериментальной работы по проверке эффективности технологии формирования культуры здоровья студентов: "Ознакомительный курс", "Гуманистическое воспитание личности на занятиях по физической культуре"; выявление педагогических условий гуманизации физического воспитания студентов.

IV этап (1999-2001 гг.) Разработка концепции формирования культуры здоровья студентов. Опытно-экспериментальная проверка концептуальной программы "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья".

V этап (2001-2002 гг.). Разработка педагогической системы формирования культуры здоровья студентов в условиях гуманистически ориентированного вуза. Определение факторов, способствующих успешности создания педагогических моделей, формирующих культуру здоровья студентов. Апробация некоторых этапов педагогической технологии в учебных заведениях различного типа.

На основании педагогических исследований на международные и всероссийские научно-практические конференции представлены доклады, опубликованные в сборниках материалов конференций и рецензируемых научных журналах (1998-2002 гг.). Подготовка и издание монографии по проблеме исследования; оформление результатов работы и их анализ в виде докторской диссертации, внедрение выводов и рекомендаций исследования в практику.

**Научная новизна** диссертационного исследования заключается в том, что в нём:

1. Сформулированы концептуальные основы (структурные, организационные, функциональные и содержательные) и теория формирования культуры здоровья студентов. Определены ряд понятий:

- «Культура здоровья личности» - характеристика развития творческих сил и способностей человека, направленных на создание, сохранение и развитие собственного состояния нравственного, психологического и физического благополучия и общественного здоровья. Культура здоровья выражается в типах и формах организации жизни и деятельности людей, в их взаимоотношениях, в создаваемых материальных и духовных ценностях.

- «Самосбережение здоровья» - осознанная деятельность личности, направленная на реализацию способностей поддержания и развития собственного состояния, нравственного, физического и психологического благополучия. Являясь системным эффектом формирования физической культуры личности, самосбережение включает в себя соблюдение культуры тела, питания, умственной и двигательной деятельности, отдыха, поведения (в том числе и преодоление отрицательных привычек).

- «Культура здоровья студентов» - сложное, многомерное социально-педагогическое явление, характеризующее степень развития системы формирования позитивных ценностей студентов в создании,

сохранении и развитии личного и общественного здоровья. Составная часть молодежной субкультуры.

2. Определены стратегические направления (стратегия выживания, стратегия самореализации) и стратегические задачи формирования культуры здоровья студентов (повышение уровня физической защищенности и самозащищенности, формирование умений снижения отрицательных эмоций, тревогу и агрессии, повышение социального здоровья).

3. Разработана воспроизводимая и эффективная технология формирования культуры здоровья студентов, содержательную сторону которой представляют информативные элементы культурного комплекса и физкультурно-оздоровительная профилактическая система, формирующая, сохраняющая и укрепляющая здоровье студентов (Развивающие блоки: диагностический, образовательный, поведенческий; профилактические модели; модели формирующие и укрепляющие здоровье студентов).

4. Разработана концептуальная программа "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья", обладающая оздоровительной направленностью, выявляющая и развивающая компетентность студента, необходимую для проведения физкультурно-оздоровительной работы: целеполагание, самообладание; коммуникативность; состязательность; модельно-проектировочные, психофизиологические самонаблюдения; научная компетентность; художественные, риторические, организационные, способности к инновационной деятельности; трансформация знаний.

5. Определены компоненты, содержание и информативные элементы культурного комплекса здоровья. Компонентами культурного комплекса здоровья являются: физкультурно-оздоровительная деятельность, физкультурно-образовательная, спортивная и реабилитационная. Физкультурно-оздоровительный компонент культурного комплекса здоровья представлен информативными элементами: "ознакомительным курсом", олимпийским воспитанием, педагогикой здоровья, гуманистической педагогикой, профилактическими моделями, формирующими, сохраняющими и укрепляющими здоровье студентов.

6. Разработана модель подготовки современного учителя, критерием эффективности которой является создание аксиологической модели педагога "нового типа», реализующего в профессиональной деятельности и в быту стратегию здоровьесбережения.

**Теоретическая значимость.** В результате выполненного исследования получено новое научно-технологическое знание о педагогическом процессе по формированию культуры здоровья студентов.

Уточнены представления о концептуальных основах формирования культуры здоровья студентов.

С позиции системного подхода представлены некоторые социально-педагогические основания модернизации высшего образования в направлении здоровьесбережения студентов и формирования физической культуры личности.

Расширены представления о закономерностях и механизмах взаимодействия социального и биологического в человеке, методологии организации личностно-ориентированного педагогического процесса в физическом воспитании с учетом «зоны ближайшего развития».

**Практическая значимость** определяется тем, что внедрение представленной в диссертации новой педагогической технологии, позволит повысить эффективность формирования культуры здоровья студентов.

Применение разработанных объективных критериев оценки степени сформированное™ культуры здоровья, здорового образа жизни, функциональных показателей и физических качеств позволяет индивидуализировать и дифференцировать работу по физическому воспитанию.

Сформированные модели (антинаркотическая профилактическая модель, модель культурного комплекса здоровья, модель спартианского воспитания и др.) могут служить основой создания программы внеурочной системы воспитания физической культуры личности и культуры здоровья. Определенные в ходе исследований профессионально-значимые качества учителей могут явиться основой для определения направления и содержания профессиональной и профессионально-прикладной физической подготовки.

Осуществлено обоснование целесообразности создания культурных комплексов здоровья в вузах.

### **На защиту выносятся следующие положения:**

1. Авторская концепция формирования культуры здоровья студентов, идейной основой которой является ортобиотика и олимпизм, позволяет создать эффективную педагогическую технологию формирования культуры здоровья студентов и строится на физкультурно-оздоровительной компетентности, оптимальной двигательной активности, гуманистической

педагогике, педагогике здоровья, олимпийском воспитании, тренингах целеполагания - целедостижения, интеграции самосберегающей среды и среды, формирующей, сохраняющей и укрепляющей здоровье.

2. Модель спартианского воспитания, модифицированная тренингами по формированию культуры здоровья студентов, усиливает ориентацию студенческой молодежи на эстетические, духовно-нравственные ценности спорта и спортивной деятельности, способствует преодолению противоречия физического и духовного развития студенческой молодежи, приобщению студентов к здоровому образу жизнедеятельности.

Оздоровительная модель соревнований "Спорт для всех" способствует расширению поля функциональных резервов студента, воспитанию инициативы, готовности к сотрудничеству, стремлению к взаимопониманию и взаимопомощи.

Валеологическая модель самосовершенствования формирует культуру здоровья молодежи посредством создания самосберегающей среды - самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий и психофизических наблюдений над собой.

3. Профилактическая система, формирующая, сохраняющая и укрепляющая здоровье студентов, позволяет приблизиться к разрешению существующих противоречий между социальной необходимостью совершенствования образования в области физической культуры и актуальной системой управления этим процессом. Созданное единое физкультурно-оздоровительное пространство позволяет личности самоопределиваться, самореализоваться, принять физическую культуру как личную ценность и принять ответственность за собственное здоровье и его сохранность в процессе будущей профессиональной деятельности.

4. Модель подготовки современного учителя в педагогическом вузе, критерием эффективности которой является создание аксиологической модели педагога "нового типа", состоящей из модели здорового поведения, позволяющая сформировать культурного педагога-профессионала, способного передать опыт педагогики здоровья в глобальный процесс обучения, что обеспечит формирование, сохранение и укрепление здоровья всех участников педагогического пространства.

**Достоверность и обоснованность** результатов исследования обеспечены методологической и теоретической обоснованностью теоретических исходных позиций; выбором и реализацией комплекса

теоретических и практических методов, адекватных задачам исследования; систематической проверкой результатов исследований на различных этапах экспериментальной работы; получением конкретных позитивных изменений уровней сформированности у студентов знаний, навыков, умений, проявлений способностей; длительностью и массовостью экспериментов; непротиворечивостью и преемственностью результатов на различных этапах исследования; корректностью применения методов математической статистики.

**Апробация и внедрение** результатов исследования. Основные результаты и выводы исследования обсуждались на кафедральных конференциях Кубанского государственного университета, всероссийских и международных педагогических конференциях (1998-2002). Научный проект "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья" удостоен фанта РГНФ в 2002 г.

Результаты исследования внедрены в учебных заведениях различного типа: общеобразовательных школах, школах высшего спортивного мастерства, олимпийского резерва, ПТУ, вузах, что подтверждается актами внедрения.

*Структура диссертации.* Диссертация состоит из введения, четырёх глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, библиографии, приложений. Материалы исследования изложены на 436 страницах машинописного текста, иллюстрированы 41 таблицей, 33 рисунками. Список использованной литературы содержит 528 источников, из них 69 зарубежных.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

Социальный заказ общества системе образования включает подготовку к жизни здоровых, культурных и образованных людей, способных самостоятельно добывать знания и уверенно ориентироваться в быстро меняющейся ситуации и в нарастающем объеме разнообразной информации. Естественно, что реализация такого заказа может быть достигнута только при условии постоянного совершенствования системы воспитания и образования в направлении улучшения педагогических закономерностей процесса усвоения знаний.

С точки зрения системного подхода модернизация образования означает удаление из системы нескольких элементов. При этом система сохраняет качественную определенность. Удаленные элементы

заменяются новыми, которые, не изменяя качественной определенности, увеличивают работоспособность и эффективность системы.

Одним из новых важнейших элементов является гуманизация и личностная ориентация системы образования. Это обстоятельство приводит к повышению интереса к «человеку» во всех аспектах проявления его свойств и качеств. Систему образования начинают интересовать не только знания, но и физическое, психическое и нравственное состояние носителя знаний, степень реализации потенциальных возможностей человека. В гуманистически ориентированной системе образования, таким образом, принципиально важное положение начинает занимать забота о здоровье обучающегося.

Вместе с тем, формировать и поддерживать здоровье, как состояние нравственной, физической и психологической комфортности может лишь человек, обладающий культурой здоровья, знаниями, навыками и умениями самосбережения. Такое положение ставит перед педагогикой новую, еще не достаточно решенную проблему.

Первое движение по пути решения данной проблемы возможно лишь определив диффиниции. В системе понятий, отражающих специфику объекта и содержания предметной области любой науки, заключена одна из основных форм систематизации научных знаний, их доказательного, всесторонне обоснованного, систематического изложения. Иметь понятие о каком-либо предмете - значит владеть общим способом его построения, знанием его происхождения.

Терминологическая двусмысленность особенно вредна, когда речь идёт о понятиях, тесно связанных друг с другом, но отображающих существенно различные по своей природе явления. По отношению к проблематике нашей работы к разряду таких понятий следует отнести: «физическое воспитание», «физическая культура», «культура здоровья личности», «культура здоровья студентов», «здоровье», «самосбережение здоровья» и некоторые другие.

Во многих случаях ряд этих понятий употребляются как синонимы, когда не только отсутствуют тонкие критерии отличий, но и сами понятия не получают сколько-нибудь удовлетворительных объяснений и дефиниций. Надо подчеркнуть, что подобное пренебрежение или невнимание к глубокому семантическому и специально научному анализу в сложившейся к настоящему времени ситуации в деле формирования системы

физического воспитания и воспитания культуры здоровья оказывается особенно губительным.

Проведя сопоставительный анализ доминирующих представлений о содержании и структуре процесса воспитания, образования, развития сформулированы основные понятия, используемые в работе. Если физическая культура включает в себя функции самосохранения и развития общества, как общественную ценность, и человекотворчество, как главную функцию на личностном уровне, то реализация разнообразного круга задач сохранения, укрепления и развития здоровья людей является одним из направлений физической культуры, формирования культуры здоровья. При этом, если главным системообразующим компонентом физической культуры является деятельность, то системным эффектом формирования позитивного отношения к собственному здоровью является степень обеспеченности самосбережения здоровья.

Таким образом, выделяется потребность в определении понятий «культура здоровья» и «самосбережение здоровья».

При определении содержательной стороны понятия «культура здоровья» следует отразить следующие составляющие:

- 1) отношение к культуре и к физической культуре;
- 2) отражение современного понимания дефиниции «здоровье»;
- 3) отражение деятельностного содержания и направлений деятельности личности;
- 4) отражение направленности и содержания педагогического процесса.

Эти позиции наиболее полно, на наш взгляд, отражают предлагаемое определение: «культура здоровья личности» это характеристика развития творческих сил и способностей человека, направленных на создание, сохранение и развитие собственного состояния нравственного, психологического и физического благополучия и общественного здоровья. Культура здоровья, в нашем понимании, выражается в типах и формах организации жизни и деятельности людей, в их взаимоотношениях, в создаваемых материальных и духовных ценностях.

Содержательная характеристика дефиниции «здоровье» позволяет уточнить понятие «самосбережение здоровья» и определить ее как осознанную деятельность личности, направленную на реализацию способностей поддержания и развития собственного состояния нравственного, физического и психологического благополучия. Являясь



системным эффектом формирования физической культуры личности, самосбережение включает в себя соблюдение культуры тела, питания, умственной и двигательной деятельности, отдыха, поведения (в том числе и преодоление отрицательных привычек)

Исходя из изложенных выше дефиниций, создается возможность для определения таких понятий как «культура здоровья студентов», «педагогика здоровья», «технология формирования культуры здоровья».

«Культура здоровья студентов» это сложное, многомерное социально-педагогическое явление, характеризующее степень развития системы формирования позитивных ценностей студентов в создании, сохранении и развитии личного и общественного здоровья. Составная часть молодежной субкультуры.

«Педагогика здоровья» - это наука об общих закономерностях, определяющих содержание и формы построения педагогического процесса направленного на создание, сохранение и развитие состояния нравственного, психологического и физического благополучия. В отличие от других педагогических наук, педагогика здоровья познает общие закономерности по которым в системе воспитания происходит управление процессом формирования самосбережения здоровья личности и его образованности в области оптимизации собственной и общественной жизнедеятельности.

«Технология формирования культуры здоровья» - это система форм, методов и средств развития творческих сил человека, направленных на создание и развитие состояния нравственного, психологического и физического благополучия личности обучающегося, сохранение и развитие общественного здоровья.

Говоря о значении физической культуры для гармонического развития человека, следует иметь в виду не столько как культуру телесную, сколько её роль в формировании общей культуры личности. Это означает, что физическая культура должна стать органичным элементом нравственности и других сфер духовной жизни, проявляясь в облике человека целостно. Фактически, культура физическая - это та же общая культура с преобладанием её духовной стороны, но реализуемая специфическим образом - через сознательно окультуренную двигательную деятельность, где двигательное действие выступает не в качестве некоторой самоцели, а в качестве средства удовлетворения многообразных потребностей человека, его саморазвития, самопознания,

самосовершенствования. Только в этом случае физическая культура приобретает черты истинно культурного явления, устраняет противоречие между интеллектуальным и двигательным компонентами, духовным и физическим развитием занимающихся, существенно повышает её роль во всестороннем и гармоническом развитии личности.

С этих позиций система формирования физической культуры личности должна предусматривать процесс управления на основе её расширительного толкования. На наш взгляд, необходимость реализации именно такого подхода обусловлена уже хотя бы тем, что содержание понятия «физическая культура личности» не уместается в содержание более широкого понятия «физическая культура», при его трактовке в узком смысле. Дело в том, что о физической культуре личности невозможно судить лишь на основе её физического развития, двигательной подготовленности. Необходим учёт таких компонентов, которые относятся к потребностной, мотивационно-ценностной, духовной сферам личности..

Это обстоятельство уже само по себе крайне осложняет анализ существа проблемы при попытках организации осмысленной, целенаправленной деятельности по формированию физической культуры человека.

В процессе организации такой деятельности следует иметь в виду тот факт, что физическая культура является видом культуры человека и общества, а не просто каким-либо образом организованной двигательной деятельностью, осуществляемой человеком для укрепления своего здоровья, улучшения телесных характеристик и т.п. Осознание этого позволяет понять, почему административно-командные методы (приказы, постановления, инструкции) не могут сами по себе решить проблему приобщения человека к культуре, в том числе и к культуре физической.

Таким образом, современную концепцию физической культуры в настоящее время вряд ли можно назвать целостной и законченной. Самый важный результат на современном этапе заключается в том, что её разработка осуществляется на основе методологии деятельностного и системного подхода.

Новая методология формирования физической культуры должна ориентировать на осознание многомерности, системно-комплексного характера связей жизнедеятельности человека с социально культурными и природными детерминантами его бытия. При этом важно понимание человека как целостности.

В отечественной теоретической мысли зародилась и продолжает

развиваться новая концепция педагогики и теории физической культуры, основанная на гуманистических началах. Однако, имеющие место глубоко укоренившиеся утилитарные черты предшествующих концептуальных представлений проявляются как некий препятствующий фактор развития этой теории в русле гуманитарного направления, где личность рассматривается в качестве главной ценности общества.

В этой связи уместно помнить о том, что воздействие на общество осуществляется через человека. Следовательно, у общества, которое хочет выжить и, уж тем более - развиваться, нет другого пути, кроме создания условий для самосовершенствования человека с помощью средств культуры.

Анализ данных, полученных в ходе констатирующего эксперимента по сформированное™ составляющих физической культуры личности в высшем учебном заведении, позволяет заключить:

1. В конкурентной борьбе с другими видами деятельности в свободное от учебы и работы время занятия физическими упражнениями у студентов уступают позиции другим видам времяпрепровождения.

2. В процессе физического воспитания студентов не удается переместить акцент с пассивного вида приобщения к физической культуре на деятельностный. Более того, длительность занятий физическими упражнениями в форме обязательных занятий не приводит к сохранению позитивного отношения к физической культуре, отмечаемого у студентов первого курса.

3. С увеличением стажа занятий и теоретической подготовленности возрастает интерес к физическим упражнениям, как к средству поддержания и сохранения здоровья. Однако, отсутствие в содержании теоретической подготовки вопросов, касающихся средств, методов и методики укрепления здоровья, улучшения телосложения, повышения работоспособности и др. не позволяет реализовать интерес и перевести его в плоскость направленной деятельности на самосовершенствование.

4. Недостаточное внимание в программе к теоретическим аспектам формирования физической культуры личности и формирования культуры здоровья приводит к тому, что студенты не понимают ценности физической культуры как средства социализации личности. На данную позицию преподавательский состав обращает недостаточное внимание в связи с отсутствием постановки подобных задач в программе.

5. Интерес к физической культуре и спорту, и к олимпизму на первых курсах, к здоровью и способам ее обеспечения на старших курсах может явиться основой формирования ценностных ориентации студентов на собственное здоровьесбережение.

6. В процессе подготовки и переподготовки кадров, осуществляющих процесс формирования физической культуры личности, и культуры здоровья личности следует включить в программу вопросы этики и эстетики спорта, теорию и практику олимпизма, проблемы спортивно-гуманистического и олимпийского воспитания детей и молодежи, методику формирования культуры здоровья и физической культуры личности.

7. Несмотря на то, что изучение проблем формирования нравственности, ценностей и идеалов, преподаватели не включают в круг своих обязанностей, они придают большое значение влиянию физических упражнений на личностные качества.

8. Полученные данные свидетельствуют о необходимости создания единого информационного и деятельностного пространства формирования культуры здоровья в вузе, основным содержанием которого являются различные формы физического воспитания.

Основанием для вовлечения в это поле студентов являются: их желание расширить сферу своего общения; потребность в достижении гармонического, пропорционального развития; потребность в сохранении и укреплении здоровья; противоречие между отсутствием знаний по методике самостоятельного использования средств физического воспитания и потребностью самостоятельно выполнять физические упражнения.

Учитывая суть и дух требований Государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования, потребности общества и личностные потребности обучающихся в последнее время Министерство образования России обращает пристальное внимание на воспитательную работу и особенно на ее составные части - формирование физической культуры личности и культуры здоровья студентов.

В соответствии с приказом Министерства Образования РФ «Об утверждении перечня показателей государственной аккредитации и критериальных значений, используемых при установлении рейтинга высшего учебного заведения» 29.06.2000 в состав критериальных значений введена оценка воспитательной деятельности.

Практически одновременно публикуется приказ (№2715/227/166/19 от 16.07.2000) «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации», где в первом пункте указывается на приоритетность усилий направленных на создание:

- \* «... в образовательных учреждениях, в детских и молодежных общественных объединениях условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников и обучающихся средствами физической культуры и спорта;
- обеспечение взаимодействия учебного и внеучебного процессов физического воспитания для освоения ценностей физической культуры...;
- формирование физической культуры личности обучающихся с учетом его индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации».

Данному приказу предшествовало письмо Министра образования России В.М. Филиппова от 03.05.2001 №29/1530 - 6 где вузам рекомендуется:

1. Разработать комплексную вузовскую программу «Образование и здоровье», которая решала бы следующие задачи: создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья в вузах; внедрение методологии принципов и методов здоровьесохраняющего образования...».

2. Создать в каждом вузе для эффективного решения задач программы «Образование и здоровье» центр содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников, деятельность которого могла бы осуществляться по следующим направлениям: разработка рекомендаций по формированию здорового образа жизни студентов с учетом их индивидуальных склонностей, способностей и психофизиологических особенностей; по организации в учебном заведении условий проведения здоровьесберегающего учебного процесса; ... проведение просветительской работы в области культуры здоровья...».

Из анализа документов вытекает ряд позиций имеющих принципиальное значение для изучаемой проблемы:

1. Воспитательному процессу уделяется внимание в ГОС. Но социальные и политические условия требуют усиления позиций по этому направлению подготовки специалистов. Поэтому министерство образования России напрямую связывает в аккредитационных показателях степень реализации ГОС и качество воспитательной работы.

2. Предыдущий вывод определяет то, что в ГОС следующего поколения воспитательной работе будет уделяться еще больше внимания.

3. Регламентация объема учебной нагрузки в ГОС и рекомендация внедрять методологию, принципы и методы здоровьесохраняющего образования в совокупности определяют позицию формирования не враждебной, не несущей угрозы здоровью обучающегося среду образования. Естественно, это должно быть системным эффектом образовательной деятельности, поскольку этого невозможно достичь за счет отдельных мероприятий. Это же относится к пункту приказа «обеспечить взаимодействие учебного и внеучебного процессов физического воспитания для освоения ценностей физической культуры».

4. Обращает внимание появление в официальных документах понятий «здоровьесберегающее образование» и «культура здоровья». Применение понятий в официальных документах требует более точного определения дефиниций.

5. Особое внимание уделяется физическому воспитанию как доминирующему составляющему здоровья, здоровьесберегающих технологий. При этом обращается внимание на его возможности как системы гармонического развития человека.

6. В рекомендациях и частично в приказе министра образования России определяются некоторые элементы, формы и эффективные средства воздействия формирующейся системы охраны здоровья студентов.

Анализ документов позволяет заключить, что разработка системы и технологии формирования культуры здоровья студентов на современном этапе развития отечественного высшего образования является чрезвычайно актуальной проблемой.

На основе предварительного анализа подходов к построению педагогических систем за основу проектирования принято нормативное прогнозирование (проект, отражающий логику от цели - к средствам).

В основу концепции формирования культуры здоровья и самосбережения здоровья студентов легли следующие положения:

1. На основании системного подхода к решению сложных задач системного развития ведущим системообразующим фактором концепции являются цель и целевые установки. В качестве цели определяется формирование культуры здоровья студентов. Целевыми установками являются повышение жизнеспособности, формирование гибкого

поведения, обеспечение личности условий для профессионального саморазвития.

2. Следует объединить воедино и придать функциональную однонаправленность на реализацию цели и целевых установок системообразующих факторы окружающей природной и социальной среды (в том числе и среды обучения и воспитания) и внутренние потребности каждой личности.

3. Концепция культуры здоровья студентов должна включать в себя: определение структуры и организации системы; определение свойств и функций системы; определение способов и механизмов ее образования и способов ее дальнейшего развития.

4. В процессе подготовки специалистов с высшим образованием взаимодействуют между собой, по крайней мере, три вида системности:

- система подготовки специалистов, которая имеет свою цель, решает свои задачи, имеет свою структуру и т.д.;
- будущая деятельность, которая с одной стороны определяет идеологию и содержание подготовки специалистов, и с другой, имеет собственные закономерности становления и развития;
- человек - представляющий собой биосоциальную систему, которая развивается на основе биологических закономерностей, под воздействием социальных условий.

Будущая деятельность определяет ряд особенностей организации формирования культуры здоровья, а существование закономерностей развития человека и их познание - направление подготовки специалистов, в том числе и направление формирования культуры здоровья.

5. Основой разработки концепции формирования культуры здоровья студентов является личностно-ориентированное образование, в той ее интерпретации, которая обосновывается в работах Е.В. Бондаревской и В.П. Бедерхановой. Задачами при такой организации педагогической деятельности являются: обеспечение личностного роста, развития субъективности, саморазвития студента; повышение уровня его интеллектуального и физического развития; формирования в его сознании целостной картины мира.

6. Главными принципами функционирования создающейся системы формирования культуры здоровья студентов являются: гуманизация, демократизация, культуросоответствие.

7. Системным эффектом реализации концепции формирования культуры здоровья является достижение уровня самосбережения здоровья.

8. Доминантной составляющей процесса формирования культуры здоровья студента являются занятия физическими упражнениями в различных формах, так как именно они формируют физическую культуру личности, составная часть которой - культура здоровья.

9. Основой концепции формирования личностной культуры здоровья является формирование ценностных ориентиров студентов на здоровьесбережение.

При разработке концептуальной модели формирования ценностных ориентации студентов на здоровьесбережение в процессе профессиональной подготовки мы опирались на труды отечественных ученых и зарубежных специалистов последних десятилетий, в течение которых утвердился системный подход к изучению сложных процессов и явлений. Выделяется четыре подхода к описанию системы и системных исследований, в ряду которых находятся и приемлемые для разработки концептуальной модели формирования ценностных ориентации, подходы к решению проблемы:

1) понимание системы формирования ценностных ориентации как структурированного множества элементов, обладающих взаимными реальными связями;

2) система как функциональная структура, выполняющая целенаправленную совокупность действий, выступает как организация целостного учебно-тренировочного процесса;

3) система понимается как некая целостность в системном окружении, в той реальной среде, которая описана на языке педагогической теории;

Реализация этих подходов позволяет представить принципиальную схему действия культурного комплекса здоровья и его структуру. Содержательную сторону представляют информативные элементы культурного комплекса и физкультурно-оздоровительная профилактическая система, формирующая, сохраняющая и укрепляющая здоровье студентов (Развивающие блоки: диагностический, образовательный, поведенческий; профилактические модели; модели, формирующие и укрепляющие здоровье студентов).



На основе взаимодействия организационных структур, реализующих культурный комплекс (ректорат, кафедра физического воспитания, обеспечивающая формирование культуры здоровья студентов и др.) и непосредственно студентов формируется соответствующая социальная среда, воздействующая на формирование культуры здоровья студентов. В формировании здоровьесберегающей среды значительную роль играют психолого-педагогические условия для физкультурно-оздоровительной деятельности и воздействие молодежной микросреды в результате взаимодействия которых студент принимает идеологию физкультурно-оздоровительной деятельности, позитивно воспринимает культуру здоровья и изменяет отношение к самосохранению здоровья.

В силу того, что в явлении «самосохранение» приставка «само» означает действия, выполняемые субъектом, направленные на обеспечение стабильности в обществе, можно выделить признаки, характеризующие данное явление:

1) жизнеспособность (физическое и духовное здоровье, гармоническая иерархия ценностей и приоритетов; толерантность к затруднениям, в основе которой лежит внутренняя самостабилизация и рождаемое этим состоянием чувство самоконтроля и самообладания;

2) гибкость поведения (способность организовывать свое поведение или жизнедеятельность в социально приемлемых формах).

В ходе исследования предполагалось подвергнуть социальному проектированию: социальные отношения и процесс формирования у студентов социально важных качеств, позволяющих осознавать свой уровень культуры здоровья и стремиться к ее совершенствованию.

В качестве объектов социально-педагогического проектирования определены конкретные направления предполагаемого проекта:

1) студенты как субъекты определенных социальных отношений с их потребностями, интересами, ценностными ориентациями, социальным статусом, ролями;

2) элемент и подсистемы социальной структуры общества как коллектив группы студентов;

3) разнообразные нравственные и межличностные отношения в академической группе и в других социальных сообществах студентов;

4) элемент образа жизни, каковым является у студентов самосохранения здоровья.

Объектом социального проектирования являются процессы организации связей в системе учебных и внеучебных занятий, подвергающиеся воздействиям в процессе формирования культуры здоровья студентов и выстраивающие основание для этого содействия.

В основе социального проектирования системы формирования культуры здоровья студентов лежали следующие параметры, определяющие специфику социального проектирования: противоречивость системы физического воспитания в направлениях воздействия на личность; многофакторность определяющих воздействие средств и методов спортивной тренировки, результативность воздействия; наличие множества субъективных составляющих, определяющих соотношение должного и сущего в развитии свойств личности студентов; невозможность описания системы формирования культуры здоровья конечным числом терминов любой социальной теории (принципиальная неформализуемость по В. И. Курбатову и О. В. Курбатовой); субъективные факторы формирования социального ожидания и социального прогноза относительно формирования культуры здоровья личности; зависимость критериев оценки зрелости личностного социального развития от возраста и индивидуального развития.

Учитывая выявленные основания проектирования, определены стратегические направления: стратегия выживания (формирование гибкости поведения и формирование жизнеспособности), стратегия самореализации. Проблемной областью проектирования при формировании гибкости поведения являлись физическое здоровье, психическое здоровье, социальное здоровье, гармоническая иерархия ценностей и приоритетов, толерантность к затруднениям, защита от угроз жизни и здоровью. Проблемной областью проектирования при жизнеспособности являлись: формирование способности организовывать свое поведение или жизнедеятельность в социально приемлемых формах и образ жизни, умение регулировать стиль поведения, агрессивность, тревожность, поведение в конфликтных ситуациях.

Формирование способностей самосохранения здоровья, реализация желания самовыражения, самоактуализации, потребности в самоуважении и высокой самооценке являлись проблемной областью проектирования при реализации стратегии самореализации.

В качестве стратегических задач формирования культуры здоровья студентов повышение уровня физической защищенности и

самозащищенности (улучшение физического здоровья, развитие физических качеств, повышение физической работоспособности, формирование ЗОЖ и физической культуры личности, формирование двигательных навыков и умений, устранение дефектов физического развития), формирование умений снижения отрицательных эмоций, тревоги и агрессии (повышение уровня психологической защищенности и самозащищенности, формирование умения проявлять уравновешенность, формирование умения регулировать свое поведение, формирование умений регулировать проявление стрессов и вести себя в конфликтных ситуациях), повышение социального здоровья (снижение влияния социальных страхов, улучшение социального самочувствия и социального настроения, формирование навыков межличностного общения, реализация потребности в самовыражении, реализация потребности в высокой самооценке).

В процессе разработки концептуальной схемы социального проекта определены стратегические направления, целевые установки, задачи инструментализации (методика, техники, технология, содержание), методы измерения ситуации и предметы диагностики.

По каждому направлению соблюдались следующие этапы формирования культуры здоровья: 1. Мотивационный; 2. Актуализующий; 3. Моделирующий; 4. Формирующий культуру здоровья по конкретной позиции. Проектируемые результаты реализации проекта - достижение культуры здоровья, происходило за счет:

1. Улучшения здоровья и ее компонентов (физического, психического, социального);
2. Достижения объективной самооценки;
3. Достижения занимающихся адекватной системы отношений к окружающим;
4. Формирования у занимающихся адекватной системы общения с окружающим;
5. Формирования спортивного и бытового взаимодействия с людьми;
6. Формирования физически культурной личности, придерживающейся идеологии здорового образа жизни;
7. Формирования умения регулировать свое эмоциональное состояние, уровень агрессивности и тревожности;
8. Формирования установки на успешное взаимодействие с окружающим социумом;

### 9. Достижения адекватного уровня притязаний.

Определяя содержание проекта по формированию культуры здоровья личности, мы исходили из того, что личность является целостным образованием и не может быть сведена к её составляющим. Все многообразие факторов, вытекающих из проявлений культуры здоровья, может быть разделено на две условные группы:

1. Субъективные (самочувствие, самосознание, удовлетворенность жизнью, местом в обществе), то есть определяющие личностное отношение с членами общества;

2. Объективные (состояние физического, психического и социального здоровья, умение управлять своим состоянием), то есть факторы, лежащие в основе хорошего субъективного самочувствия.

Поэтому воздействие физических упражнений не завершается развитием двигательных качеств и навыков. Занятия физическими упражнениями, затрагивая состояние всей личности, создает уникальный характер переживаний каждой личности. Из этого положения вытекают две важных позиции, определяющие содержание проектирования:

1) основным средством формирования культуры здоровья личности являются физические упражнения;

2) предметом изучения при оценке эффективности воздействия физических упражнений на личность должны стать её состояние, ценностные ориентации, смыслы, самовосприятие личности.

Если личность самодетерминирована, то сама творит свое состояние, свободна в выборе своей жизни и несет за этот выбор ответственность. От активности личности зависит её ориентация на здоровье, успех, инициативу, самостоятельное жизнетворчество, то есть на базовые компоненты самосбережения здоровья.

При определении содержания системы формирования культуры здоровья и самосбережения особое значение имеют:

- физическое здоровье;
- психическое здоровье, формирующееся под воздействием системы отношений к себе, другим людям, жизни в целом;
- социальное здоровье соответствующее личностному самоопределению, удовлетворенности социальным статусом, гибкости жизненных позиций.

Формирование психологического и социального здоровья, как основы чувства самосбережения зависит от сформированное™ следующих составляющих личностного поведения:

- 1) принятия ответственности за свою жизнь и здоровье;
- 2) самопознание как анализ себя;
- 3) самопонимание и принятие себя;
- 4) умения жить в настоящем моменте;
- 5) осмысленности своего бытия и осознанно выстроенной иерархии ценностей;
- 6) способности к пониманию, слышанию и принятию других;
- 7) «доверие процессу жизни», характеризующее умение следовать естественному процессу жизни, где бы и в чем бы оно не проявлялось.

Каждое из составляющих личностного поведения не может быть сформировано изолированно друг от друга каким-либо одним определенным средством. Помимо традиционных средств формирования физического здоровья, физической подготовленности в содержание системы формирования культуры здоровья включалось формирование знаний, практических умений и навыков, вытекающих из валеологии, педагогики здоровья, теории конфликтов. Для их реализации разработаны модель «Олимпийского воспитания», валеологическая модель самосовершенствования, мотивационный цикл, цикл занятий по педагогике здоровья, теоретический и практический разделы «Ознакомительного курса».

Основополагающими методологическими направлениями формирования культуры здоровья студентов могут являться философские основы ортобиотики и олимпизма. Образ жизни индивида представляется производным вектором индивидуальных способностей человека и его мотивированным стремлением к непрерывному самообразованию, самосовершенствованию, включая физический и духовный потенциалы. Концепция формирования культуры здоровья студентов позволит моделировать и проектировать образ жизни на каждом возрастном этапе, заканчивая геронтологическим периодом.

Концептуальные основы формирования культуры здоровья студентов являются ее теоретико-методологической базой, на которой строится технология формирования культуры здоровья студентов: физкультурно-оздоровительная компетентность, оптимальная двигательная активность, гуманистическая педагогика, педагогика здоровья, психолого-

педагогические тренинги целеполагания - целедостижение, интеграция самосберегающей среды, формирующей здоровый образ жизни, олимпийское воспитание.

Реализация концептуальной программы "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья" позволила выявить и развить следующие компетентности студентов, необходимые для проведения физкультурно-оздоровительной работы: целеполагание, самообладание, коммуникативные, состязательность, модельно-проектировочные, психофизиологические самонаблюдения, научная компетентность, художественные, риторические, организационные, способности к инновационной деятельности.

Профилактическая система, формирующая, сохраняющая и укрепляющая здоровье студентов, позволяет приблизиться к решению существующих противоречий между социальной необходимостью совершенствования образования в области физической культуры и актуальной системой управления этим процессом. А физкультурно-оздоровительное пространство может самоопределиться и самореализоваться, когда принятие физической культуры как личной ценности становится её позитивным результатом. Эффективность педагогической технологии осуществляется посредством этапов и моделей, формирующих, сохраняющих и укрепляющих здоровье студентов: ознакомительный курс, гуманизация физического воспитания путем создания педагогических условий и реализация проекта "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья".

Модель спартианского воспитания, модифицированная тренингами по формированию культуры здоровья студентов, усиливает ориентацию студенческой молодежи на эстетические, духовно-нравственные ценности спорта и спортивной деятельности, способствует преодолению противоречия физического и духовного развития студенческой молодежи, приобщению студентов к здоровому образу жизнедеятельности.

Оздоровительная модель соревнований "Спорт для всех" способствует расширению поля функциональных резервов студента, воспитанию инициативы, готовности к сотрудничеству, стремлению к взаимопониманию и взаимопомощи.

Валеологическая модель самосовершенствования формирует культуру здоровья молодежи посредством создания самосберегающей

среды - самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий и психофизических наблюдений над собой.

Антинаркотическая профилактическая модель способствует самоопределению личности в социокультурной среде, создает антинаркотический образовательный иммунитет.

Опытно-экспериментальная проверка профилактической физкультурно-оздоровительной системы, формирующей, сохраняющей и укрепляющей здоровье студентов, позволила выделить позитивные факторы, способствующие успешности реализации программы "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья":

- поддержка руководства учебного заведения;
- включение программы как этапа реализации программы развития образования города, создающий педагогические условия для включения молодежи в оздоровительную и досуговую физкультурную деятельность;
- включение программы как недостающего "звена" в "цепи" Центров здоровья учебного заведения;
- обеспечение массовости;
- учет фактора творческой неповторимости: создание физкультурно-оздоровительного пространства "поле" физических, эстетических и нравственных ценностей проходит через идею, составляющую главную задачу олимпизма - единства физической культуры и искусства;
- учет фактора культурного воздействия на болельщиков.

Определены педагогические условия, способствующие формированию культуры здоровья студентов: обучение культуре движений; использование новых технологий здоровьесбережения; перенос методик спорта в педагогический физкультурный процесс вуза; использование педагогических условий гуманизации физического воспитания студентов, выявленных ранее; создание культурной среды в вузе для мотивированности молодежи к физкультурно-оздоровительной и спортивной активности; использование в педагогическом процессе по физвоспитанию интерактивных методов обучения.

На основании обоснованных в работе подходов разработана модель подготовки современного учителя, состоящая из аксиологической модели, включающей модель здорового поведения педагога "нового типа".

Выделены педагогические умения современного учителя:

1. Накопление знаний, способствующих приобщению учащихся к здоровому образу жизнедеятельности.
2. Мотивационные умения - способность педагога к созданию у учащихся внутреннего мотива для оздоровительной деятельности.
3. Умение определять двигательные индивидуальные потенциальные возможности учащегося - "результативное окно развития".
4. Коммуникативные умения в интеграции с прикладными.
5. Ценностно-поведенческие умения, направленные на формирование у учащихся здорового образа жизнедеятельности с ориентацией на воспитание чувства совести, ответственности за свои поступки, с соблюдением принципа честной борьбы в повседневной жизни.

### **Выводы**

1. Первопричиной появления кризиса образования, как в России, так и в мире, являются противоречие между формальной организацией учебного процесса и его содержанием, целью и результатами образования; противоречие между быстрыми темпами приращения знания в современном мире и ограниченными возможностями человека по их усвоению.

Система образования, при котором Человек готовился для служения научно-техническому и социальному прогрессу (Не прогресс для Человека, а Человек для прогресса) входит в противоречие с общественными запросами так как для нее доминантными являются черты преобладания средства над целью, частной цели над смыслом и общечеловеческими ценностями, символа над действительностью, техники над духовностью человека. Основным показателем кризиса образования является резкое ухудшение здоровья учащейся молодежи по всем ее составляющим.

2. Стратегическое направление развития образовательных систем в современном обществе очевидно: повышение уровня физической подготовки, улучшение здоровья, позволяющего реализовать интеллектуальный потенциал, достигать интеллектуального и нравственного развития человека на основе вовлечения его в



разнообразную, самостоятельную, целесообразную деятельность в различных областях знания.

3. Человек как самоцель развития, как критерий оценки социального процесса представляет собой гуманистический идеал происходящих в стране преобразований. Поступательное движение к этому идеалу связано с гуманизацией жизни общества, в центре планов и забот которого должен стоять человек с его нуждами интересами, потребностями. Поэтому гуманизация образования рассматривается как важнейший социально-педагогический принцип, отражающий современные общественные тенденции построения и функционирования системы образования.

4. Гуманизация подразумевает ответственность образования за состояние здоровья обучающихся и формирование ответственности у обучающихся за свое здоровье. Здоровье, как состояние нравственной, физической и психологической комфортности, формировать и поддерживать в течение всей жизни может лишь человек, обладающий культурой здоровья, знаниями, навыками и умениями самосбережения.

5. Гуманная, личностно ориентированная система образования должна обеспечивать:

- « реализацию права человека в процессе образования, в том числе права на максимальную реализацию нравственных, психических и физических потенций;
- гуманизацию образования, в том числе личностный контакт участников образовательного процесса;
- реализацию здоровьесберегающей системы образования.

Однако, все три направления реализации заказа личности вбирают в себя формирование здоровья как состояния нравственного, физического, психологического и социального благополучия, формирование культуры здоровья, системным эффектом которой является осознанное здоровьесбережение. В государственных документах, регламентирующих деятельность системы образования в России особое внимание отводится физическому воспитанию как доминирующему составляющему здоровья и здоровьесберегающих технологий.

6. Регламентация объема учебной нагрузки в ГОС, рекомендации Министерства образования России по внедрению методологии принципов и методов здоровьесохраняющего образования определяют необходимость

формирования не враждебной, не несущую угрозы здоровью обучающегося среды образования. Появление в официальных документах понятий «здоровьесберегающее образование» и «культура здоровья требуют более точного определения дефиниций.

7. Определено содержание ряда понятий.

- Под «культурой здоровья личности» понимается характеристика развития творческих сил и способностей человека, направленных на создание, сохранение и развитие собственного состояния нравственного, психологического и физического благополучия и общественного здоровья. Культура здоровья выражается в типах и формах организации жизни и деятельности людей, в их взаимоотношениях, в создаваемых материальных и духовных ценностях.

- «Самосбережение здоровья» это осознанная деятельность личности направленная на реализацию способностей поддержания и развития собственного состояния нравственного, физического и психологического благополучия. Являясь системным эффектом формирования физической культуры личности, самосбережение включает в себя соблюдение культуры тела, питания, умственной и двигательной деятельности, отдыха, поведения (в том числе и преодоление отрицательных привычек).

- «Культура здоровья студентов» - сложное, многомерное социально-педагогическое явление, характеризующее степень развития системы формирования позитивных ценностей студентов в создании, сохранении и развитии личного и общественного здоровья, это составная часть молодежной субкультуры.

- «Педагогика здоровья» - это наука об общих закономерностях, определяющих содержание и формы построения педагогического процесса, направленного на создание, сохранение и развитие состояния нравственного, психологического и физического благополучия. В отличие от других педагогических наук, педагогика здоровья познает общие закономерности по которым в системе воспитания происходит управление процессом формирования самосбережения здоровья личности и его образованности в области оптимизации собственной и общественной жизнедеятельности.

- «Технология формирования культура здоровья» - это система форм, методов и средств развития творческих сил человека, направленных

на создание и развитие состояния нравственного, психологического и физического благополучия личности обучающегося, сохранение и развитие общественного здоровья.

8. Анализ данных, полученных в ходе констатирующего эксперимента, по сформированное™ составляющих физической культуры личности участников педагогического процесса физического воспитания в высшем учебном заведении, позволяет заключить:

- В конкурентной борьбе с другими видами деятельности в свободное от учебы и работы время занятия физическими упражнениями у студентов уступают в позиции по другим видами времяпрепровождения.

- В процессе физического воспитания студентов не удается переместить акцент с пассивного вида приобщения к физической культуре на деятельностный. Более того, длительность занятий физическими упражнениями в форме обязательных занятий не приводит к сохранению позитивного отношения к физической культуре, отмечаемого у студентов первого курса.

- С увеличением стажа занятий и теоретической подготовленности возрастает интерес к физическим упражнениям, как к средству поддержания и сохранения здоровья. Однако, отсутствие в содержании теоретической подготовки студентов вопросов, касающихся средств, методов и методики укрепления здоровья, улучшения телосложения, повышения работоспособности не позволяет реализовать интерес и перевести ее в плоскость направленной деятельности по самосовершенствованию.

- Недостаточное внимание в программе к теоретическим аспектам формирования физической культуры личности и формирования культуры здоровья приводит к тому, что студенты не понимают ценности физической культуры как средства социализации личности. На данную позицию недостаточное внимание обращают и преподавательский состав, в связи с отсутствием постановки подобных задач в программе.

- Интерес к физической культуре и спорту, к олимпизму на первых курсах, к здоровью и способам ее обеспечения на старших курсах, может явиться основой формирования ценностных ориентации студентов на собственное здоровьесбережение.

Несмотря на то, что изучение проблем формирования нравственности, ценностей и идеалов, преподаватели не включают в круг своих

обязанностей, они придают большое значение влиянию физических упражнений на личностные качества.

9. Полученные данные свидетельствуют о необходимости создания единого информационного и деятельностного пространства формирования культуры здоровья в вузе, основным содержанием которой являются различные формы физического воспитания. Основанием для вовлечения в это поле студентов являются:

- их желание расширить сферу своего общения;
- потребность в достижении гармонического, пропорционального развития;
- потребность в сохранении и укреплении здоровья;
- противоречие между отсутствием знаний по методике самостоятельного использования средств физического воспитания и потребностью самостоятельного выполнения физических упражнений.

10. Концептуальной основой формирования культуры здоровья и самосбережения здоровья студентов могут служить следующие положения:

- Философские основы ортобиотики и олимпизма как основополагающие направления формирования культуры здоровья студентов.
- На основании системного подхода к решению сложных задач системного развития ведущим системообразующим фактором концепции является цепь и целевые установки. В качестве цели определяется формирование культуры здоровья студентов. Целевыми установками являются повышение жизнеспособности, формирование гибкого поведения, обеспечение личности условий для профессионального саморазвития.
- Следует объединить воедино и придать функциональную однонаправленность на реализацию цели и целевых установок системообразующим факторам окружающей природной и социальной среды (в том числе и среды обучения и воспитания) и внутренним потребностям каждой личности.
- Концепция культуры здоровья студентов должна включать в себя: определение структуры и организации системы, определение свойств и функций системы, определение способов и механизмов ее образования и способов ее дальнейшего развития.

- Основой разработки концепции формирования культуры здоровья студентов является личностно ориентированное образование, в той ее интерпретации, которая обосновывается в работах Е.В. Бондаревской и В.П. Бедерхановой. Задачами при такой организации педагогической деятельности являются: обеспечение личностного роста, развития субъективности, саморазвития студента, повышение уровня его интеллектуального и физического развития, формирования в его сознании целостной картины мира.

- Главными принципами функционирования системы формирования культуры здоровья студентов являются гуманизация, демократизация, культуросоответствие.

- Системным эффектом реализации концепции формирования культуры здоровья является достижение уровня самосбережения здоровья.

- Доминантной составляющей процесса формирования культуры здоровья студента является занятия физическими упражнениями в различных формах, так как именно они формируют физическую культуру личности, составной частью которой является культура здоровья.

11. В процессе подготовки специалистов с высшим образованием взаимодействуют между собой, по крайней мере, три вида системности:

- система подготовки специалистов, которая имеет свою цель, решает свои задачи, имеет свою структуру и т.д.;

- будущая деятельность, которая с одной стороны определяет идеологию и содержание подготовки специалистов, и с другой, имеет собственные закономерности становления и развития;

- человек, представляющий собой биосоциальную систему, которая развивается на основе биологических закономерностей под воздействием социальных условий.

Будущая деятельность определяет ряд особенностей организации формирования культуры здоровья, а существование закономерностей развития человека и их познание определяет направление подготовки специалистов, в том числе и направление формирования культуры здоровья.

12. В качестве основания проектирования целесообразно выбрать стратегические направления: стратегия выживания (формирование гибкости поведения и формирование жизнеспособности), стратегия самореализации. Проблемной областью проектирования при

формировании гибкости поведения являлись физическое здоровье, психическое здоровье, социальное здоровье, гармоническая иерархия ценностей и приоритетов, толерантность к затруднениям, защита от угроз жизни и здоровью. Проблемной областью проектирования при жизнеспособности являлись: формирование способности организовывать свое поведение или жизнедеятельность в социально приемлемых формах и образ жизни, умение регулировать стиль поведения, агрессивность, тревожность, поведение в конфликтных ситуациях.

Формирование способностей самосохранения здоровья, реализация желания самовыражения, самоактуализации, потребности в самоуважении и высокой самооценке являлись проблемной областью проектирования при реализации стратегии самореализации.

13. В качестве стратегических задач формирования культуры здоровья студентов, повышения уровня физической защищенности и самозащищенности (улучшение физического здоровья, развитие физических качеств, повышение физической работоспособности, формирование ЗОЖ и физической культуры личности, формирование двигательных навыков и умений, устранение дефектов физического развития), формирование умений снижения отрицательных эмоций, тревоги и агрессии (повышение уровня психологической защищенности и самозащищенности, формирование умения проявлять уравновешенность, формирование умения регулировать свое поведение, формирование умений регулировать проявление стрессов и вести себя в конфликтных ситуациях), повышение социального здоровья (снижение влияния социальных страхов, улучшение социального самочувствия и социального настроения), формирование навыков межличностного общения, реализация потребности в самовыражении, реализация потребности в высокой самооценке.

14. Эффективность реализации проекта и повышение культуры здоровья определяется тем, что в результате эксперимента произошло:

- улучшение здоровья и ее компонентов (физического, психического, социального);
- достижение объективной самооценки,
- достижение занимающихся адекватной системы отношений к окружающим;

- формирование у занимающихся адекватной системы общения с окружающим;
- формирование физически культурной личности, придерживающейся идеологии здорового образа жизни;
- формирование умения регулировать свое эмоциональное состояние, уровень агрессивности и тревожности;
- формирование установки на успешное взаимодействие с окружающим социумом;

15. Каждое из составляющих личностного поведения не может быть сформировано изолированно друг от друга каким-либо одним определенным средством. Помимо традиционных средств формирования физического здоровья, физической подготовленности в содержание включалось формирование знаний, практических умений и навыков, вытекающих из валеологии, педагогики здоровья, теории конфликтов. Для их реализации разработаны модель «Олимпийского воспитания», валеологическая модель самосовершенствования, мотивационный цикл занятий по педагогике здоровья, теоретический и практический раздел «Ознакомительный курс».

- Реализация концептуальной программы "Олимпийское воспитание и педагогика здоровья" позволила выявить и развить компетентности (способности) студентов, необходимые для проведения физкультурно-оздоровительной работы: целеполагание, самообладание, коммуникативные, состязательность, модельно-проектировочные, психофизиологические самонаблюдения, научная компетентность, художественные, риторические, организационные, способности к инновационной деятельности.

- Созданная профилактическая система, формирующая, сохраняющая и укрепляющая здоровье студентов позволяет приблизиться к решению существующих противоречий между социальной необходимостью совершенствования образования в области физической культуры и актуальной системой управления этим процессом. А физкультурно-оздоровительное пространство может самоопределиться и самореализоваться, когда принятие физической культуры как личной ценности является её позитивным результатом.

- Модель спартианского воспитания, модифицированная тренингами по формированию культуры здоровья студентов, усиливает

ориентацию студенческой молодежи на эстетические, духовно-нравственные ценности спорта и спортивной деятельности, способствует преодолению противоречия физического и духовного развития студенческой молодежи, приобщению студентов к здоровому образу жизнедеятельности.

- Оздоровительная модель соревнований "Спорт для всех" способствует расширению поля функциональных резервов студента, воспитанию инициативы, готовности к сотрудничеству, стремлению к взаимопониманию и взаимопомощи.

- Валеологическая модель самосовершенствования формирует культуру здоровья молодежи посредством создания самосберегающей среды - самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий и психофизических наблюдений над собой.

- Антинаркотическая профилактическая модель способствует самоопределению личности в социокультурной среде, создает антинаркотический образовательный иммунитет.

16. К педагогическим условиям, способствующим формированию культуры здоровья студентов могут быть отнесены: обучение культуре движений; использование новых технологий здоровьесбережения; перенос методик спорта в педагогический физкультурный процесс вуза; использование педагогических условий гуманизации физического воспитания студентов; создание культурной среды в вузе для мотивированности молодежи к физкультурно-оздоровительной и спортивной активности; использование в педагогическом процессе по физическому воспитанию интерактивных методов обучения.

17. К педагогическим умениям современного учителя, способного охранять здоровье свое и учеников относятся:

- Накопление знаний, способствующих приобщению учащихся к здоровому образу жизнедеятельности.

- Мотивационные умения - способность педагога к созданию у учащихся внутреннего мотива для оздоровительной деятельности.

- Умение определять двигательные индивидуальные потенциальные возможности учащегося - "результативное окно развития".

- Коммуникативные умения в интеграции с прикладными.



- Ценностно-поведенческие умения, направленные на формирование у учащихся здорового образа жизнедеятельности с ориентацией на воспитание чувства совести, ответственности за свои поступки, с соблюдением принципа честной борьбы в повседневной жизни.

### **Практические рекомендации**

1. Этапы и модели формирования культуры здоровья студентов педагогической системы рекомендуется использовать в учебных заведениях различного типа.

2. Физкультурно-оздоровительная система, формирующая культуру здоровья студентов, может являться составляющей региональной программы противодействия по борьбе с наркотиками.

3. Теория и технология формирования культуры здоровья студентов может быть использована как недостающее звено в "цепи" Центров здоровья вузов.

4. Модель спартианского воспитания рекомендуется использовать для создания и совершенствования эффективной системы образовательного процесса в практике олимпийского воспитания.

5. Использование исследовательских материалов возможно в плане самовоспитания и саморазвития человека.

6. Результаты диссертационного исследования рекомендуется использовать для совершенствования учебного процесса студентов институтов физической культуры, факультетов повышения квалификации, переподготовке педагогических кадров.

7. Разработанные нами рекомендации адресуются преподавателям других дисциплин для включения в работу по обучению культуре здоровья и приобщению молодежи к здоровому образу жизни.

8. Создание олимпийских клубов "СпАрт" целесообразно не только в учебных заведениях различного типа, но и во временных детских коллективах.

9. Программы физкультурно-оздоровительных мероприятий необходимо ориентировать на высоконравственное поведение. Целесообразно учредить специальные призы и награды за честную и справедливую борьбу.

10. В процессе подготовки специалистов физической культуры необходимо:

- использование в учебном процессе диагностической педагогики;
- повысить потенциал знаний преподавателей в области оздоровительной физической культуры, этики, эстетики, экологии;
- способствовать повышению общекультурной гуманитарной подготовки специалистов физического воспитания;
- использовать занятия по физической культуре, спортивные тренировки не только для физического совершенствования, но и для повышения нравственной, эстетической культуры здоровья молодежи.

### **Основные публикации автора по теме исследования**

#### **Монографии:**

1. Педагогическая технология здоровьесбережения студентов в гуманистически ориентированном вузе: Монография. Краснодар, 2002. -230 с.

#### ***Статьи в научных сборниках и журналах:***

2. Спортивно-гуманистическое и олимпийское воспитание молодежи //Физическое воспитание в высшей школе. Матер, докл. науч. конф. Краснодар, 1995. С. 82-83. (В соавторстве с Ю.А. Прокопчук).
3. Групповая экспресс-оценка уровня физической подготовки студентов на занятиях по физической культуре в КубГУ // Актуальные проблемы олимпийского движения и спортивной тренировки. Сб. докл. науч.-практ. конф. Краснодар. 1998. С. 32-33.
4. Инновации в организации и содержании педагогического процесса при подготовке специалистов по физической культуре и спорту // Новые направления в системе подготовки специалистов по физической культуре, спорту и оздоровительной работе с населением. Матер, докл. междунар. науч.-практ. конф. Ижевск, 1999. С. 184-186. (В соавторстве с И.А. Алферовой).
5. Требования к специалисту по физической культуре и спорту в условиях социально-экономических преобразований // Новые направления в системе подготовки специалистов по физической культуре, спорту и

оздоровительной работе с населением. Матер, междунар. науч.-практ. конф. Ижевск, 1999. С. 86-88. (В соавторстве с И.А. Алферовой).

6. Инновации в учебном процессе по физической культуре в вузе // Педагогика: опыт, проблемы, перспективы / Под ред. Э.Г. Малиночки. Краснодар. 1999. С. 20-22.

7. Внеучебная работа как новая модель создания социокультурной среды // Проектирование инновационных процессов в социокультурной и образовательной сферах. Матер, междунар. науч.-практ. конф. Сочи, 1999. С. 212-214. (В соавторстве с И.А. Алферовой, А.Г. Даньшиным).

8. Ознакомительный курс - одно из педагогических условий гуманизации физического воспитания студентов в КубГУ.//Олимпийское движение: история, проблемы, перспективы. Матер, междунар. практ. конф. Краснодар, 1999. С. 77-78. (В соавторстве с И.А. Алферовой, С.В. Мироновым).

9. Гуманистическая направленность педагогического процесса в ходе преподавания предмета "физ.культура" на экономическом факультете // Экономическая наука об итогах и направлениях развития рыночного реформирования в России: Библиотека журнала "Наука Кубани", вып. 2.2, Краснодар, 2000. С. 92-94. (В соавторстве с Г.С. Кожановым).

10. Комплексное тестирование по предмету "физическая культура" в педагогическом вузе //Совершенствование методов развития физических качеств. Сб. научных работ. Владимир, 2000. С. 100-101.

11. Современные подходы в подготовке педагога XXI века //Здоровье в XXI веке. Матер, науч.-практ. конф. Тула, 2000. С. 122-124. (В соавторстве с Л.Ю. Авериной).

12. Здоровый образ жизни и Олимпийское воспитание в условиях современной высшей школы // Здоровье в XXI веке. Матер, науч.-практ. конф. Тула, 2000. С. 120-122.

13. Основные аспекты гуманизации физического воспитания студенческой молодежи //Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий. Матер. Всерос. науч.-практ. конф. СПб., 2000. Часть II. С. 138.

14. Состояние здоровья студентов КубГУ и меры по его улучшению // Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий. Матер. Всерос. науч.-практ. конф. СПб., 2000. Часть II. С. 137.

15. Инновационные процессы в условиях высшей школы //Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий. Матер. Всерос. науч.-практ. конф. СПб., 2000. Часть II. С. 139.

16. Педагогическое тестирование и диагностическое обследование физической подготовки и уровня физического здоровья студентов //Сб. науч. тр. Смоленск, 2000. С. 111-114. (В соавторстве с А.И. Седовой).

17. Гуманизация физического воспитания, решающий фактор в подготовке специалиста "нового типа" // Сб. науч. тр. Смоленск, 2000. С. 114-116. (В соавторстве с А.И. Седовой).

18. Роль физической культуры в процессе получения - педагогического образования в вузе //Актуальные вопросы валеологии. Матер, науч.-практ. конф. Воронеж, 2000. С. 103-104.

19. Физкультурно-оздоровительная программа, проводимая на занятиях по физической культуре в КубГУ // Актуальные вопросы валеологии. Матер, науч.-практ. конф. Воронеж, 2000. С. 81-82.

20. К вопросу о повышении эффективности образовательного процесса в области физической культуры в личносно-ориентированном пространстве // Физическая культура и спорт как фактор воспитательного пространства современного вуза. Сб. науч. тр. Рос. науч.-практ. конф. Ростов н/Д., 2001. С. 59-62.

21. Аэробный тренинг - одно из эффективных средств улучшения физического здоровья студентов" // Матер, науч. конф. студентов и молодых ученых юга России. Краснодар 2001 г. С. 138-139.

22. Интеграция знаний, умений и навыков в педагогическом процессе по предмету "Физическая культура" // Матер, науч. конф. студентов и молодых ученых юга России. Краснодар 2001 г. С. 139-140.

23. Роль бинарной интеграции в подготовке учителя "нового типа" //Современные информационные технологии в физической культуре. Матер, междунар. науч.-практ. конф. Ижевск, 2001. С. 130.

24. Принцип честной игры в физкультурно-спортивной деятельности в вузе //Духовное и нравственное воспитание студентов в технических вузах. Матер, республиканской науч.-практ. конф. с международным участием. Воронеж, 2001. С. 85-87.

25. Роль педагога в новом тысячелетии. // Матер, науч. конф. студентов и молодых ученых вузов юга России. Краснодар, 2002. С. 127-128.

26. Тренинги по формированию здорового образа жизни. // Матер, науч. конф. студентов и молодых ученых вузов юга России. Краснодар, 2002. С. 128.

27. Оздоровительные тренинги как здоровьесберегающие технологии // Инновационные технологии использования средств физической культуры, спорта и туризма как факторы государственной социальной политики. Сб. матер, междунар. науч.-практ. конф. Ростов н/Д., 2002. С. 128-132.

28. Некоторые методики спорта в процессе физического воспитания в вузе //Здоровье в XXI в. 2002. Сб. докл. междунар. науч.-практ. конф. М., Тула, 2002. С. 190-192.

29. Результирующий навык или поведение студента - здоровый стиль жизнедеятельности //Здоровье в XXI в. 2002. Сб. докл. междунар. науч.-практ. конф. М., Тула. 2002. С. 191-192.

30. Олимпийское воспитание и педагогика здоровья //Актуальные проблемы культуры здоровья. Матер, науч.-практ. конф. с международным участием. Воронеж, 2002. С. 267-272.

31. Проект здоровья // Народное образование. М., 2002. № 9. С. 231-234.

32. Модель подготовки современного учителя в процессе физического воспитания в педагогическом вузе нефизкультурного профиля //Теория и практика физической культуры. М., 2002. № 12. С. 5-8

33. К вопросу о формировании принципов здорового стиля жизни студентов //Мониторинг физического развития, физической подготовленности различных возрастных групп населения. Сб. тр. Всерос. науч.-практ. конф. Нальчик, 2003. С. 97-100.

34. Мониторинг физической подготовки и физического здоровья молодежи в условиях вуза // Мониторинг физического развития, физической подготовленности различных возрастных групп населения. Сб. тр. Всерос. науч.-практ. конф. Нальчик, 2003. С. 171-174.

35. Инновационные технологии педагогики здоровья студентов // Социально-медикобиологические аспекты здоровья человека. Пенза, 2002. С. 36-39

36. Создание физкультурно-оздоровительного пространства в вузе (на основе олимпийского воспитания и педагогики здоровья) // Теория и практика физической культуры. М., 2003. №2. С. 50-52.

37. Педагогическая технология здоровьесбережения студентов // Педагогика. М., 2003. № 4. С. 70-74.

*Программы, методические рекомендации:*

38. Образовательная программа "Гуманистическое воспитание личности на занятиях по физической культуре" для студентов II курса факультета романо-германской филологии КубГУ. Краснодар, 1997. -Юс.

39. Олимпийское воспитание и педагогика здоровья. Северный Кавказ: традиции и современность. Региональный конкурс 2002 г. Краснодар.

-Юс.

40. Педагогические тесты (теоретический аспект) по предмету физическая культура. КубГУ. Краснодар. 2002. -9 с.

РЫБАЧУК Наталия Анатольевна

ТЕОРИЯ И ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ  
ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Автореферат

---

Подписано в печать 29.09.03. Заказ 164. Тираж 100 экз. Усл.-п. л. 1,7.

Отпечатано в ООО «Аякс».

385000, г. Майкоп, ул. Первомайская, 243.